

タコ魚醤 白菜とコリアンダーのざっくりサラダたこガラムソース



材料 (4人前)

- ◎白菜(内側の軟らかい所)……………200g
- ◎コリアンダー……………1束
- ◎赤唐辛子……………少々
- (A)・レモン汁30g・砂糖10g・タコ魚醤15cc
- ・塩少々・オリーブオイル30cc

作り方

- ①白菜は一口サイズにカットして水洗いして水気を切り、ざっくり刻んでコリアンダーと合わせる。
- ②種を取った赤唐辛子を加えたら(A)の調味料を合わせた物を加えてざっくり混ぜて盛り付ける。



ここがポイント

醤油に比べて、ロに入った後に広がるタコ魚醤の香りが野菜の味を引き立てます。程よい塩味でお酒のアテにも向いています。手軽にできるサラダで魚醤油の香りをお楽しみいただけます。また、ホッキ・ウニの魚醤を使用しても美味しくいただけます。



レシピ開発者:西洋料理助教授 野村一正